

Меню на день 12 сентября 2025 г.

10 день: Столовая №3

Категория

Дети (3-7 лет)

Диета

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал	Средняя стоимость
Завтрак		7,6	10,2	46,7	308	24,88
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом	200	5,9	6,4	28,8	196	15,57
Бутерброд с маслом (10)	15/5	1,6	3,8	7,4	70	7,05
Чай с лимоном	180	0,1		10,5	42	2,25
Каша "Геркулесовая" Д	150	6,3	6,2	19,5	159	1,63
2-й завтрак		0,4	0,2	16,4	68,3	6,73
Сок (180)	150	0,4	0,2	16,4	68,3	6,73
Обед		19,6	21,9	96	659,8	74,21
Салат из огурцов с маслом	60	0,6	4,1	1,9	47	5,04
Уха рыбацкая	180/50	5,9	5,8	15,1	136	24,26
Биточки рубленые из птицы запеченные	70	8,7	8,9	10,3	156	27,47
Макаронные изделия отварные	120	2,8	2,2	29,4	148,8	5,96
Кисель из свежих ягод	180	0,3	0,2	15,4	64	8,47
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,00
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	2,00
Суп из овощей Д	200	1,5	3,5	7,3	66,9	4,25
Куриная котлета Д	50	14,2	9,4	0,4	143	26,04
Макаронные изделия ржаные отварные-Д	200	2,5	3,2	24,7	138	30,75
Компот из свежих ягод - Д	180	0,1		12,7	51,6	14,21
Полдник		5,9	8,7	35,6	243,5	17,95
Булочка "Нежная"	50	1,5	3,9	28,5	155	6,61
Молоко питьевое кипяченое	150	4,4	4,8	7,1	88,5	11,34
Сдоба обыкновенная (на воде и масле растительном)	50	3,7	4,1	26,5	157	2,83
Мучное изделие без содержания МП пром.производства	50	4,8	3,8	22,2	142	52,07
Компот из изюма - Д	180	0,1		9,5	38,7	3,65
Ужин		14,4	9,9	43,8	320,9	67,89
Суфле творожное со сладкой глазурью -150	150	12,9	8,5	28,3	241	54,82
Чай с молоком	180	1,4	1,2	9,8	54,9	4,17
Фрукт (25 ккал)	100	0,1	0,2	5,7	25	8,90
Гречка отварная вязкая Д	130	3,9	3,4	17,3	115	2,87
Чай - Д	180	0,1			0,1	0,21
Соль						0,09
Соль	5					0,09
Итого за день		48	51	239	1 601	191,75

Повар

(подпись)

Бут Светлана Вячеславовна

(расшифровка)